

前思春期における自己意識と対象の体験

—心理療法のイメージ技法に関する文献から—

川原 稔 久

I 目的と問題

本論の目的は、前思春期における自己意識の形成過程には、対象をめぐるイメージが介在することを、イメージ技法の文献から示すことにある。

はじめに筆者が論じる問題とその視点を提示し、次章では心理療法におけるイメージ技法、とくに各種の描画法、箱庭療法、そして夢のイメージに関する最近の文献を中心に、対象をめぐるイメージの体験を取り上げ、最後に若干の考察を加える。

(1) 思春期と前思春期

思春期 puberty とは、身体が発育する過程のなかで、子どもの身体から成人の身体に移り変わる時期である。医学の定義では、第2次性徴の発現をもって思春期の始まりとし、長骨骨端線閉鎖現象をもって思春期の終わりとする。つまり男子の精通開始と女子の初潮が思春期の始まりで、身長伸び方が緩むところが思春期の終わりである。これはあくまで医学による定義であり、身体発育の視点から区分している定義である。第2次性徴の発現時期も身長の伸びがおさまる時期も個人によって違うので、思春期は個人に固有である。平均すると女子が男子よりも1年半から2年ほど早く、小学校高学年に始まり（第2次性徴）のピークを迎える（スタインバーグ 1992）。

こうした身体発育上の変化は心のありように影響を及ぼす。今述べたように、思春期の始まりは個人によって固有であり、比較的短期間に大きな変化が眼に見えて生じているため、たとえば年齢が同じクラスメイトでも、右に

は早熟な子がいるかと思えば左にはまだまだ幼い感じの子がいるという具合で、そのギャップは甚だしい。また思春期のおとずれは、話に聴いてはいても実際のところ本人にとって不意打ちである。喩えるなら、身体がフライング気味に成人の世界に走り出し、それを知ってか知らずか、慌てて心があとを追いつけ出すと言えようか。いずれにしてもこの時期の心は、成人になることへの不安から、背伸び心と甘え心が入り混じった状態にあるといえる。こうした心の変化の時期を身体発育と同じように思春期と呼ぶ場合もあれば、身体とは区別して青春（年）期前期early adolescentと称する場合もある（清水 1996）。

さて、思春期の始まりは外側から見ても明らかな身体の変化（第2次性徴発現）であったが、それを準備する段階が思春期以前に身体の内部で進行している。つまりホルモンバランスの変化とそれに伴う内生殖器の成熟である。思春期に伴う身体変化の兆しも第2次性徴発現以前から現れ始める。この期間は約1年半から2年で、この時期を身体発育上は前思春期と称するが、それに伴う心の変化に注目する場合も前思春期あるいは前－青春（年）期pre-adolescentと呼ぶ（皆川 1980）。本論では身体発育上の意味に統一して前思春期という呼称を用いる。この前思春期に伴う心のありようの変化は思春期にみられるほど顕在的ではなく、いわばひそやかに進行している。

（2）前思春期における意識化

筆者（2002）は、上述の前思春期について、子どもの意識化が進む過程で子ども自身の主観的な体験がいかにあるのかを、具体的なエピソードを示しながら描き、子どもが親しんできた重要な他者のイメージとそうした他者との関係が変化すること、こうした変化の体験を積み重ねることで内的な世界が充実する（河合 1987）とともに心理的な距離を体験するようになること、さらに個別の事物や出来事だけでなく生きることや死ぬことを考え、無限である世界や自然と有限である自分の関係を直観すること、そしてあらためて世界のなかにある自分を意識し直すこと、という過程を示している（川原 2002）。

その際に、他者とのつながりという「開放性openness」を求める心の「動き」（河合 2000）が契機となって、外の世界に向かう意識と自分という内に

向かう意識が並行しながら次第に明確になり、世界のなかの自分という意識が確立され、この意識のありようが人格のまとまりを支える現象を示した。子ども自身の主観的体験をもとにみた意識化の過程は、前思春期において自分を意識しはじめ、それが次第に連続して「私」というまとまりとしての人格を支え形成していくプロセスであった（川原 2002）。この連続性に関しては、中井（2002）は、「人格形成期の記憶は人格の骨格をなす」として、とくに「エピソード記憶」の重要性を指摘し、普段は忘れていたが想起によって取りだせるエピソード記憶の総体の存在感覚が、成人記憶ひいては人格の連続性感覚であると仮説している。

筆者のこうした関心の背景には心理臨床における事例、とくに離人感をめぐる臨床体験がある。それを一般化・抽象化して示すと、自分と世界が生き生きと感じられない、記憶や五感の感覚がおかしい、といった離人感を訴える事例のほとんどは、そうした感覚を意識し始めたエピソードを前思春期のころに突然外界が迫る感覚に自分を強く意識しはじめた体験として語り、たいていの場合風景画を描いてもらうとその構成や風景の一部分が欠けているということがある。それに関して筆者は、離人感に限らず、他人から見た自分を意識しはじめるのが前思春期あたりからであろうと考えた。

山（1999）は、小学校低学年ころに見た夢のなかで病気や発熱時に見た夢の特徴として「世界は突然自分たちを押しつぶしうる一方的な存在として感じられ」（75）、子どもの「無力感と圧倒的な力の存在」（77）が共通したテーマであるとする。さらに山（2000）は、「大人になってから報告される子どものころに見た夢」に、「その人の世界観の基本的なありようを見出しうる」（17）として注目し、ある強度の離人感を伴う成人事例は、現実だと思っていたことが「表面であって、その奥にはもっと別の世界が開けている」、「人間の感情や植物や自然の動きや、もともとは目に見えないいろいろな力やエネルギーがある」と語り、「その時、それが全部見えた」のは、「宇宙の彼方」ではなく「日常の世界の中」であることを知ったという。そして初めて「この世界の外にも別の世界があるのだ」という「突然ふと持った感覚」を、小学校低学年のときのエピソードで語ったことを報告している（23-24）。田熊（2002）は、離人症の事例が夢や語りに示したイメージを報告し、「自我を脅かすものとして」外側に体験した世界を切り離し、内側に「内面化」す

ることで、「それを見つめる視点、まさに自我の視点をもつ」(358) ことを示している。

高石(1996)は「心理的要素を統合する」「心的活動の主体」として自我を定義し、他者の目に映る自分という「自我の対象的把握」が可能になる発達上の質的転換が前思春期に生じることを、風景構成法という描画における構成型の変化から実証している。つまり、小学校低学年では風景を構成するときの視点が正面からの複数の視点であり、風景の構成は「部分視の合成」という段階であり、それは「自己中心性の段階と対応」する。そして小学校3年生から4年生にかけて視点は真上に上がり、風景の構成は遠近法を用い、「固定された一つの視点から風景全体を見渡し、統合することが可能」な段階となる。このことは自己中心性を脱却し自我の対象的把握が可能となることと対応する、としている。その段階で、視点を内面でも自由に移動させ「さまざまな角度から自己を見つめ返せるように」なり、背景は「空から連続した空間であるという認識が成立」し、「空間そのものが無限の奥行きをもっていることに気づく」とする。構成が定まることは自分の視点についても定まっているのであり、「風景を見るということと自分を見るということとは、同じことの両面」であるとする。

(3) 対象の体験

このような視点の内面化は、対象と対象によって構成されている世界の、いわば外から迫られる体験が契機となるのではないかと筆者は考えている。

先にあげた高石(1996)の構成型の変化と対応するようなプロセスを、音の世界つまり聴覚の観点から遊戯療法の過程によって示したと考えられるものの、片山(2000)の事例研究がある。言葉によるコミュニケーションが困難であった子どもの事例であり、小学校就学前後に言葉を獲得する経緯が、混沌が生じることを待つ、言葉にならない音の連なりを反復する、唾の入った水を二つに分けかき混ぜる、粘土を包丁で切り続けた挙げ句に音が言葉として「切れて」分節化する、言葉の出現と内的イメージの減弱が対応し、語彙が増えたと外界への興味が増し、外の世界と感情が起こってくるころとしての「内面」とが出来上がる、「本当は聞こえない声」と「表の声」(分節化された言葉)が二重に現れ、秘密やかくれんぼの遊びで「奥行き」を感じ

させる場の使い方が始まり、外からの音へ関心を示し音の遠近感を使って遊びはじめる、最後に上から下を見下ろす・上から下に物を落として受取らせる・上から下へ飛び下りるという上下の動きの遊びとなる、という過程として示してある。

村瀬（1997）は「児童・青年期」の子どもが「極めて即興性に富んだダイナミックな」関係を持ちうる動物とのかかわりの意味を自験例の総覧からまとめている。とくに動物が子どもにとって自己存在感を確かめうる「対象」であり、子どもが「分身や自己像として捉えうる「対象」をもつことによって、自分自身を相対化」できるとし、さらに「自己を相対化してとらえることは、自分の存在を確かめうることであり、自分をつき放して眺め、考えることを助ける」としている（128）。

以上で概観したように、前思春期における意識化過程において、他人の目を通して見るように自分の「内面」が意識化され深まる過程には、それを映し出す対象との体験、対象をめぐるイメージの体験が伴うと筆者は考える。さらに筆者は、内面が深まることと対象がある外界が興行きをもつことは呼応するかのように意識化されるのではないかという仮説を持っている（川原2002）。そこで本論の以下では対象をめぐるイメージを、描画、箱庭、夢などのイメージ技法の文献から示し、意識化にとっての対象について論じる。

Ⅱ イメージ技法にみる対象の体験

（１）描画法—塗り絵法、「きっかけ」法の文献から

福田（2002）によると、描画は「言葉以上に意識的コントロールが効かない体験」（639）であり「外から侵襲されない安全な治療関係の枠が」（640）成立していることが前提となる。また描画という営みは、「線描と彩色という視点」（638）から大別することができ、投影と構成という二つの心理的要素から考えられている。

「塗り絵法」は、あらかじめ描かれてある人物、風景、植物、動物、生活場面、季節行事の情景など多様な下絵を自由に選び、クレヨン、色鉛筆、絵の具などを用いて塗る方法であり、塗り絵法の特徴は構成も形象も「すでに与えられた」「具象的」なもので、「イメージの投影は起こりにくい」。下絵と

色彩の選択に「投影的要素」が含まれる。したがって塗り絵法は「侵襲性が低い」うえ、「もののもつ現実性とのつながりを損なわず、現実を通してイメージを展開させる」利点をもつ（福田 2002；238-239）。それゆえ福田の提示した精神病圏の事例では塗り絵法が「混乱せず安心して開れる現実世界への窓口」となり、はじめは「正確に「もの」の表面的属性を塗るだけ」の「一義的な関わり」であったものが、「「もの」と自分との自由な関わりを通して」「自分の気持ちを「もの」に投影するという情動的関わり」が可能になったとする。描画において本来「もの」に備わる生の情動に触れていくことが「他者との現実の人間関係にも拡大され」、「内面を投影することによって、「もの」のもつ多義性や象徴性に触れ、生きた現実世界と自分の内的世界とを情動的に結びつけていく過程」を示している（241）。

武井ら（1996）は、離人症事例に「きっかけ法」という描画を「治療の進展および治療関係の深化を目的」に導入した経過から同様の報告をしている。「きっかけ法」は、「より単純で簡単な描線が描画のきっかけとして用いられることが特徴であり」侵襲性が低く、抵抗も軽減される技法である（46）。「その結果、これまでは自己の感情を実感できず表現することができなかった患者が、「きっかけ法」を通して安心して自由に自己の感情を面接場面で表現することが可能」となり、「安心して自由に自己表現できる場と確かな手応えのある他者としての治療者との関係」を基盤として「自己の存在を明確にとらえなおすことができ、安心して現実と共存し、能動的に外界との関わりをもつことが可能になった」と考察している（51）。

この「きっかけ法」のきっかけとなる簡単な描線を4種に固定したものが「誘発線法」（後藤・中井 1983, 松井・鶴田・杉林・中井 1990）であり、投影と構成の中間で「穏やかな相互性」と「軽やかな即興性」、「拡大しやすい言語交流」を特徴とし抵抗が少なく侵襲性の低い課題とされる。クライアントの表現における「静から動への緩やかな移行」、「風景から人への変化」を可能とする技法であり、適度な治療的距離感が「基本的事物を縦横に使用したメタフォリカルな対話」という治療的側面と関係性に新たな奥行きを開き、「言語とイメージの風通し」をよくすると考えられている（松井・鶴田・杉林・中井 1990）。

「誘発線法」を用いた詳しい事例報告で心理的な対人「距離」を考察した

牧原・伊集院（1997）は、「心理的距離の調整に対して誘発線法や色彩分割法が有効」としている（29）。描画の枠が内的な欲動や衝動を表現するための場を形成し、きっかけの描線があるものから自由画へと描画形式が展開した経過のなかで、導入期の「描画は表面的」「平面的」で「関係性は手探り状態」であったが、中間期は「治療者との距離を色を用いて象徴的に示しつつ、その距離がうまくとれない戸惑い」を表現し、「風景を題材にしたことにより（中略）ある種の心的距離をとったと思われる初めての自由画」が現れる（33）。展開期は「描画に奥行き、立体感が現れ」それ以降「自由画が中心」となった。技法にとらわれず彩色と描線の変化で欲動や衝動を描き、最終期には「自由画で季節感のある、情緒的で詩的な具象画を描いた」（34－35）。とくにクライアントによって治療者の色とクライアントの色として同定され一貫して用いられた2色の組み合わせと配列の推移は、治療者との「心理的距離」の変遷を象徴している」とする。描画の基本的役割は「自身の情動への気づき」であり、「奥行きや流れ・色に対する意味づけ」が再構成され、描画の介在が「治療的な関係性を調整した」としている（37－38）。

（2）箱庭療法と夢のイメージに関する文献から

描画と比べ立体的で、実際に砂に触れ具体的事物を用いる箱庭療法では、対象の体験はより直接的である（河合 1969）。箱庭療法は、カルフ Kallf, D. の Sand-play Therapy を河合が日本に導入したものであり、内側を青色に塗った砂箱のなかで、砂とミニチュアの玩具を自由に使ってクライアントが表現することができる技法である。

箱庭療法の特徴である砂箱を考察した仁里（2002）は「砂が掘られ、池や川、海の表現がされると、青い底板は単なる底であるよりも水面となる。（中略）水面の下にあるはずの水中がイメージされ、そこに空間が広がっていくのである。そして青い立ち上がりは砂の上で空となる」として「箱庭空間の創出」を描く（66）。そこでは「虫瞰のように自分が小さくなってその中に入り込んだような感覚になるときもあれば、広い全体を俯瞰、もしくは鳥瞰しているように見えるときもある」（68）。箱庭体験は「自己と世界との結びつきを失いかけている」われわれが「世界の一部として自分がそこにあるという感覚」（69）を取り戻す意味がある。

箱庭は用いられる玩具によっても「治療的空間を構成する」という弘中(2002)は、「玩具のもつ二律背反性」(74)を強調し、玩具の治療的要因を、表現が容易になること、潜在的イメージを引き出すこと、言葉にできないイメージの表現に適切な形式を与えることを挙げ(84)、クライアントが明確に言語化できないレベルで生じた体験がまとまりをもつには、事物、事象、言葉と結びつくことが必要であるとする(85)。「既製品の玩具である組み合わせ」に治療者が思わず「身を乗り出す」ことに意味をみる齋藤(2002)は、「器用仕事ブリコラージュ」が意図を超えた自律的イメージの顕現であり、「既製玩具故の限界が、クライアントと治療者を、びたりとくるものへの想像作業に向かわせる」とする(122)。さらに治療要因の一つとして、治療者が箱庭の世界を風景として生きるように共有し「自分のからだの動きとともに世界が展開する」ことを挙げている(123)。リース(2002)は、乳幼児が「モノ」を自分の要求にマッチする何か特別な対象として代用することを紹介し、「日本では、古くから物は霊や神の依り代である」として、日本人は物質と精神が分離する以前の「モノ」を全体として把握することを重視しているという考えを紹介している(239)。

一見限界がある砂箱や玩具が逆に対象をめぐるイメージを賦活したり、対象に集中することが内面のイメージを深めたりするという、イメージについての逆説性は、意識のありようや内面といった視点に根本的なものではないだろうか。心理療法が扱う主観、主体、内面性に内省を加え、逆説的で弁証法的な動きを重視する河合(2002)は、主体の逆説性を「主観は何かの鏡に映し出されて、いわば客観化されないと、見ることができない」とする(113)。「箱庭を通じて表現されるものが自分でありながら、自分を越えたものとしての主体の分節化」が生じているとする(114)。その鏡を何にするかが理論・技法の違いとなり、箱庭は作品を自分で眺められるので「そこに自分を委ねていくと同時に、それを外から眺めて把握し」、「主体を形成していく過程が生じることが可能」な技法であるとする。いわば「主体が箱庭を通じて形成されていく」のである(115-116)。「作りもの」の両義性が箱庭の独自性(河合2002;119)と言える。

夢に対する視座の持ちかたについても逆説的な契機が注目されている。水野(2001)は、自分とはなにかを問うクライアントの夢に対する視点を批判

的に検証するなかで、個別性の認識と存在様式の変化に注目しており、とくに「今まで意識することがなかった自分本来の感覚に身を委ねる」という変化、たとえば「自分が目覚める体験」となったのは自身の中に抱える「空っぽ」に気づくことであって、身体も含めた感覚が「空っぽでありつつ充滿している」という体験が、自分と「何ものか」の逆説的な動きの契機となっていることを指摘している。牧（2002）は夢の内容よりも「夢をどう捉えるかという視点」に注目し、夢を「一つの中心点から捉える傾向」を批判的に指摘している。そして、夢の捉え方の調査によって「夢という現象に対する自我の主体性を疑問視することが、自我の視点を相対化して夢のイメージを捉えることにつながる」(271-272) ことを実証している。そして「自我にとっての意味を重視することは、イメージの多義性を殺してしまうこと」(272) とし、「個々のイメージはそれにふさわしい個々の視点から見られることで生きてくる」(273) と言う。

Ⅲ 議 論

これまで述べてきたように、「私」という意識は、対象とのつながりという「開放性」への「動き」に支えられて、さまざまな感情を内面化する。その際の契機はむしろ外界の対象や世界であり、内に向かう意識化と外に向かう意識化が対象との出会いによってそれぞれ並行して発達するのではなからうか。イメージ技法による対象の体験は、対象の方が外から迫ってくることでイメージが内面化される様相を示していたと筆者は感じている。

とくに自分の内と外に「距離」を意識化（概念化）することが、それを補償するように世界とのつながりを全体性として意識化させ、現実の人間関係に対する現実吟味を促すのではないかと筆者は考える。とくに自分と世界を上から眺め、鳥瞰する意識をもつことで視点を自由に行き来させ自分の内部と外部の両方に奥行きがあると気づく、という点はイメージ技法の体験に共通して見られた現象である。そのことで内的にも外的にも距離を概念化し、自分と同様の奥行きをもった対象（世界）から見た自分というものを意識化できると筆者は考える。

そして箱庭療法の特徴でもあった、主観や主体がイメージのほうから形成

されるという視点は、意識化の過程についても言えるのではなからうか。具体的な事物、出来事、風景、自然の世界とそこに住まう人間という対象が立ち現れることで、それら対象についてのイメージが世界の中の自分を意識化させる。そして逆に主体的にそれら対象のイメージに集中し対象を扱う作業に没入することが、主体や主観、意識にとっての対象イメージを深める。そうした対象をめぐる、対象とつながろうとするオープンな「動き」、あるいは対象とコミュニケーションしようとする開かれた「動き」が主体や主観、意識の実際ではないかと筆者は考える。

こうした開放性を備えた「動き」の実際は、瞬間的なもので常に変転する「動き」であろう。それを補償して逆説的に生じる傾向が、全体を外から眺め鳥瞰俯瞰する意識であって、意識を人格としてのまとまりをもった実体と感じる傾向につながるのではないだろうか。とくに危機的な状態にあるときは、そうした鳥瞰性の意識が全体の体験（世界とつながる体験）として意識の連続感覚をもたらすと考える。前思春期においては、人格としての連続感を形成する体験が自分と世界をあらためて意識し直す「発見」という体験になるのではないだろうか。前思春期という心身の大きな変革期においては、このように内と外との呼応性を鳥瞰する意識が、最終的に人格全体を支えているのではないかと筆者は考える。

【文 献】

- 福田 周：分裂病入院患者に対する塗り絵法の導入 ―精神科における心理面接を通して― 臨床心理学；2-5：633-642，2002，金剛出版
- 片山知子（2000）：プレイセラピーにおける混沌と言葉。箱庭療法学研究；13(1)：3-14
- 弘中正美（2002）：玩具，岡田康伸編：箱庭療法の現代的意義、至文堂、74-86
- 川原稔久（2002）：少年少女の心の世界 ～前思春期の意識化過程と人格形成～、倉戸ヨシヤ編著：パーソナリティの形成と崩壊、学術図書出版、（印刷中）
- 河合隼雄（1969）：箱庭療法入門、誠信書房
- 河合隼雄（1987）：子どもの宇宙、岩波書店
- 河合俊雄（2000）：心理臨床の理論、岩波書店

- 河合俊雄 (2002) : 箱庭療法の理論的背景, 岡田康伸編 : 箱庭療法の現代的意義、至文堂、110-120
- 後藤・中井 (1983) : “誘発線”(仮称) による描画法, 芸術療法 ; 14 : 51-56
- 牧 剛史 (2002) : 夢に対する主体的関わり方についての研究, 心理臨床学研究 ; 20 (3) : 265-274
- 牧原総子、伊集院清一 (1997) : 患者・治療者間の心的距離に対する絵画療法の有用性について —誘発線法と色彩分割法の新しい適用—, 日本芸術療法学会誌28 (1) : 29-40
- 松井・鶴田・杉林・中井 (1990) ; 誘発線法についての新しい方法と解釈について, 芸術療法 ; 21 (1) : 5-15
- 皆川邦直 (1980) : 青春期・青年期の精神分析的発達論 [小此木啓吾編 : 青年の精神病理 2 弘文堂 43-66]
- 水野直樹 (2001) : ケースに対する視点への批判的検証の試み —夢の報告を通して, 箱庭療法学研究14 (2) ; 3-16
- 村瀬嘉代子 (1997) : 児童・青年期のクライアントにとり動物が持つ治療的意味 [村瀬嘉代子 : 子どもと家族への援助 —心理療法の実践と応用, 金剛出版 118-130]
- 中井久夫 (2002) : 発達の記憶論 —外傷性記憶の位置づけを考えつつ, 治療の聲 ; 4 (1) : 3-23, 金剛出版
- 仁里文美 (2002) : 砂箱, 岡田康伸編 : 箱庭療法の現代的意義、至文堂、62-73
- 織田尚生 (2002) : シンボルとしての神話, 岡田康伸編 : 箱庭療法の現代的意義、至文堂、214-225
- リース・滝 幸子 (2002) : 象徴に寄せて, 岡田康伸編 : 箱庭療法の現代的意義、至文堂、226-240
- 齋藤 眞 (2002) : 治療的要因, 岡田康伸編 : 箱庭療法の現代的意義、至文堂、121-134
- 清水将之 (1996) : 思春期のころ, 日本放送出版協会
- Steinberg, D. (1987) : *Basic Adolescent Psychiatry*, Blackwell Scientific Publications. [スタインバーグ、D. (青木省三・古元順子監訳 1992) : 思春期青年期の精神医学, 二瓶社]
- Sullivan, H.S. (1953) : *The Interpersonal Theory of Psychiatry*, W. W. Norton & Company Inc. [サリバン、H. S. (中井久夫他訳 1990) : 精神医学は対人関係論である, みすず書房]
- 高石恭子 (1996) : 風景構成法における構成型の検討 —自我発達との関連から [山中康裕編著 : 風景構成法のその後の発展, 岩崎学術出版社 239-264]

- 武井 明、太田充子、酒木 保 (1996)：描画法を試みた離人症の1女性例 —「きっかけ法」による治療経過—, 日本芸術療法学会誌；27(1)：44-53
- 田熊友紀子 (2002)：離人症状をもつ青年期女子の心理療法過程 —夢や語りに現れる「水」イメージの変容, 心理臨床学研究；20(4)：348-359
- 山 愛美 (1999)：子どもの頃の病氣・発熱時の夢に見られるテーマ, 箱庭療法学研究；12(1)：72-78
- 山 愛美 (2000)：内的世界における「異界」との関わりについて, 箱庭療法学研究；13(1)：15-28